பகவத் பாதை

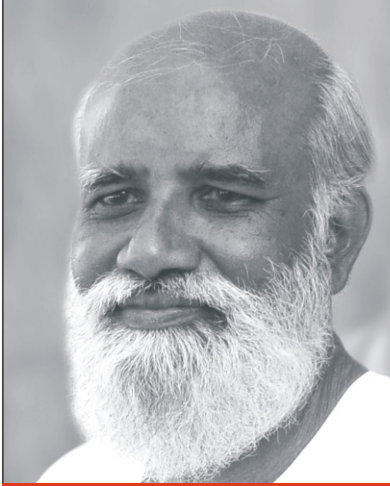


Bagavath Path

இது ஒரு பகவத் மிஷன் வெளியீடு

பாதை - 1 | 2012 / மே | மலர் - 8

தனிச்சுற்றுக்கு மட்டும்



Sri Bagavath

புற உலகைப் பொறுத்த அளவில், நாம் முயற்சியுடன் செயல்பட்டால்தான் அனைத்தையும் சீராக்க முடியும். எல்லாம் அதுபோக்கில் சரியாகிவிடும் என்று விட்டுவிட்டால் அவை சரியாகாது. ஆனால் அகத்தை எதிர்த்து போராடத நிலையில் அகப் பிரச்சினைகள் அனைத்தும், தாமாகவே தீர்வடைகின்றன.

– ஸ்ரீ பகவத்



40% அகம்; 60% புறம்.

- ஸ்ரீ பகவத்

நாம் நமது அணுகுமுறையில் அகம் வேறு, புறம் வேறு எனப் பிரித்துவிட்டோம். இந்த அணுகுமுறை பலருக்குத் தெளிவையும், சிலருக்குக் குழப்பத்தையும் கொடுத்துவிட்டது. அதனால் அதனை இன்னும் சற்று விளக்கவேண்டிய பொறுப்பில் உள்ளோம்.

நம்மையறியாமல் ஏற்படும் நினைவுகளும், உணர்வுகளும் (Thoughts + Feelings) அகம் என்னும் பிரிவில்உள்ளன. இன்பமான சூழ்நிலையில் இன்பமான உணர்வுகளும் துன்பமான சூழ்நிலையில் துன்பமான உணர்வுகளும் நம்மையறியாமல் நமது மனதில் ஏற்படுகின்றன. அவை யாவும் அகநிலையே.

நாம் காலையில் அலுவலகத்துக்குச் செல்லுகிறோம். மாலையில் அலுவலகத்திலிருந்து வீட்டுக்குத் திரும்புகிறோம். திரும்பும் வழியில் வீட்டுக்குத் தேவையான பொருட்களை வாங்கி வருகிறோம்.

நமது செயல்களை நமது மனதின் உதவியில்லாமல் செய்யமுடியாது. நாமாகச் சிந்தித்துச் செயல்படும் செயல்கள் யாவும் புறநிலையே. Thoughts நினைவு என்பது அகம்; Thinking – நாமாக நினைத்தல் என்பது புறம்.

நாம் ஒரு செயலில், மனதைக் கொண்டு ஈடுபட்டாலும் சரி, உடலைக்கொண்டு ஈடுபட்டாலும் சரி, – அது புறநிலையே.

நமது மனதை மட்டும் எடுத்துக் கொண்டாலுங் கூட,

நாமாக இயங்காமல், தாமாக இயங்கும் நினைவுகளையும் உணர்வுகளையும், நமது மனதிலுள்ள பெண் அம்சமாக (female) எடுத்துக்கொள்ளலாம். – இது அகம்.

நாமாகச் சிந்தித்துச் செயல்படும் நிலையை, நம் மனதின் ஆண் அம்சமாக (male) எடுத்துக்கொள்ளலாம். – இது புறம்.

நம் மனதானது 40% பெண் அம்சமாகவும் 60% ஆண் அம்சமாகவும் உள்ளது.

ஒருவர் தெளிவு பெற்றவராக இருந்தாலும் சரி, தெளிவு பெறாத சராசரி மனிதராக இருந்தாலும் சரி, அவர் தன் மனதின் 60% அமைப்பைப் பயன்படுத்தித் தனது வாழ்க்கையை நடத்திவருகிறார். சிந்தித்து, திட்டமிட்டும் செயல்படுகிறார்.

இந்த 60% அமைப்பு, அனைவருக்கும் பொதுவானது. நமது வாழ்வை, இப்போது போலவே, திட்டமிட்டு மேற்கொள்ளலாம். அறநெறிகளுக்கு முரண்படாத நிலையில் வாழ்வை அமைத்துக் கொண்டால் போதும். அறநெறி என்பது, கடினமான ஒன்றல்ல; மற்றவர்களுக்கும் தகுந்த அங்கீகாரம் வழங்குவதுதான் அறநெறி.

இந்த 40% ஐ என்ன செய்வது?

இந்த 40% ல் நாம் செய்வதற்கு எதுவுமே கிடையாது. இது தாமாக இயங்குவது. அதனை நாமாக இயக்க ஆரம்பித்தால் அதுதான் போராட்டம்.

இந்த 40% என்பதுதான் நமது மனதின் இயற்கையான இயக்கம். நமது இயல்புக்கேற்ற மன அனுபவம், ஒவ்வொரு கணந்தோறும் நம்மையறியாமல் நிகழ்ந்துகொண்டே இருக்கும்.

அப்படி எந்த அனுபவம் நமக்கு ஏற்பட்டாலும், அது ஏற்படும் கணத்திலேயே மறைந்து விடுகின்றது. தாமாகத் தோன்றி, தாமாக மறையும் இந்த 40% ஐ நாம் கையிலெடுத்துச் சீரமைக்க முயற்சிக்கிறோம். 40% என்பது நம்மையறியாமல் ஏற்படும் unconscious நிலை (உணர்வற்ற நிலை). நாமாகச் செயல்படுவது conscious நிலை(உணர்வோடு செயல்படும் நிலை). இது தான் 60%.

40% ல் நமக்கு வேலையில்லை என்பதை, இந்த 60% உணர்ந்து கொள்ளவேண்டும்.

ஆனால் நாம் தலையிட்டுவிடுகிறோம். நமக்கு இன்பமான அனுபவங்கள் ஏற்படும்போது,

அவை நம்மைவிட்டுப் போய்விடக்கூடாது என விரும்புகிறோம்.

அதுபோல் துன்பமான அனுபவங்கள் நமக்கு ஏற்படும்போது, அவை நம்மை விட்டு உடனடியாகப் போய்விட வேண்டும் என்று விரும்புகின்றோம்.

இதனால் 40%, முக்கியத்துவம் பெற்ற ஒரு பகுதியாக மாறிவிடுகிறது. அதற்கு நாம் முக்கியத்துவம் கொடுக்குந்தோறும், அதுதான் நமது மொத்தப் பிரச்சினையாகிவிடுகின்றது.

இந்த 40% க்கு வேறு விதப்பயன்பாடே கிடையாதா?

இதற்கும் பயன்பாடு உண்டு. இந்த 40% ல் ஏற்படும் உணர்வுகள் வழங்கும் உந்து சக்தியைப் பயன்படுத்தி, நாம் நமது 60% செயல்களையும் வளப்படுத்திக்கொள்ளலாம்.

நமது தொழிலில் சிறிய நஷ்டம் ஏற்படுவதாக வைத்துக்கொள்வோம். அப்போது நமக்கு மனதில் வருத்தம் ஏற்படுகிறது. இது நம்மையறியாமல் ஏற்படுகிறது. - இது 40% நிலை.

இப்படி ஒரு வருத்தம் ஏற்பட்டால் தான் நாம் நமது தொழிலில் கூடுதல் கவனம் செலுத்தி நஷ்டத்தை ஈடு செய்யமுடியும். 40% ல் ஏற்பட்ட உணர்வை, நமது 60% செயல்களுக்காக இங்கு பயன்படுத்திக் கொள்கிறோம்.

இதற்குப் பதிலாக, "எந்தச் சூழ்நிலையிலும் எனக்கு மன வருத்தமே ஏற்படக்கூடாது. எனது மனதை நான் எப்போதும் அமைதியாகவே வைத்துக்கொள்ளவேண்டும்" என நாம் முயற்சி செய்வோமாயின்

-அது 40% ல் குறுக்கிடுவதே ஆகும்.

40% ன் மூலம் ஏதாவது ஆரோக்கியமான தகவலோ, தூண்டுதலோ கிடைத்தால், அதை நமது 60% க்குள் எடுத்துக்கொள்ளலாம்.

மற்றபடி, இந்த 40% ஐச் சீரமைக்கும் வேலையை நமது 60% எடுத்துக்கொள்ளக்கூடாது.

ஒரு சிறிய உதாரணம்.

நமது குடும்பத்தில் ஒருவர் ஆங்கிலப் பேராசிரியராக இருக்கிறார். திடீரென அவருக்குப் பைத்தியம் பிடித்துவிடுகிறது.

அவர் தெருவில் போவோரிடமெல்லாம் உபதேசம் செய்கிறார். "நான் கடவுளைக் கண்டுவிட்டேன். நீ பார்த்திருக்கிறாயா? வா உனக்கும் காட்டுகிறேன். கடவுளைக் காணாமல் நீ உயிர் வாழ்ந்து எந்தப் பயனும் இல்லை".

இப்படி உபதேசம் பண்ணுவதோடு நிற்காமல் ஒவ்வொருவரையும் தாக்கிக் காயப்படுத்தி, தனது வீட்டுக்குக்கூட்டி வந்து "கடவுள் தெரிகிறாரா பார்!" என்று சொல்லி இம்சைப் படுத்த ஆரம்பித்துவிடுகிறார்.

'இப்படி நடந்து கொள்ளக்கூடாது' என்று நாம் அவருக்கு எவ்வளவோ எடுத்துக் கூறியும் அவர் கேட்பதாக இல்லை. அவர் தொந்தரவைத் தாங்கமுடியாமல் நாம் அவரை ஓர் அறையினுள் போட்டு பூட்டி வைத்துவிடுகிறோம். அவர் அறையினுள்ளிருந்து கொண்டே, 'வாருங்கள்! எல்லோரும் கடவுளைப் பார்க்க வாருங்கள்!' என்று கூச்சல் போட்டுக் கொண்டிருக்கிறார். நாம் அவரைத் திருத்த எடுத்துக்கொண்ட முயற்சிகள் எவையும் பயன்படவில்லை.

நாம் ஆங்கில நாழிதழைப் படித்துக் கொண்டிருக்கிறோம். அதில் வந்திருந்த ஓர் ஆங்கில வார்த்தைக்குப் பொருள் தெரியவில்லை.

அறைக்குள் பூட்டப்பட்டிருந்த ஆங்கிலப் பேராசிரியரிடம் பொருளைக் கேட்கிறோம். அவரும் உடனடியாக அந்த வார்த்தைக்கானப் பொருளைச் சரியாகக் கூறுகிறார்.

ஆங்கிலப் பேராசிரியரை நம்மால் சரிப்படுத்த முடியாது. ஆனால் அவர் வழங்கும் சில தகவல்களை மட்டும் நாம் பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

அப்படிப் பயன்படுத்துகிறோம் என்பதற்காக நமது கவனம் முழுவதையும் 40% ல் திருப்பி விடக்கூடாது. நமது கவனம் 60% ல் தான் இருக்கவேண்டும்.

கிராமங்களில் ஒரு கதையைக் கூறுவதுண்டு.

அரசன் ஒருவருக்குத் திடீரென இரண்டு கண்களும் குருடாகி விடுகின்றன. அதைச் சரிப்படுத்தவேண்டுமென்றால், மலை உச்சியிலுள்ள அமிர்த சஞ்சீவி மூலிகையைக் கொண்டு வரவேண்டும். அரசருக்கு மூன்று இளவரசர்கள். மூத்த இளவரசன் முதலில் முயற்சிக்கிறான்.

மலை அடிவாரத்திலுள்ள கோவிலில் பிரார்த்தனை செய்தால், தேவதை ஒன்று உதவி செய்யும். அதன் உதவி இல்லாமல் மலை உச்சிக்கு எவராலும் சென்று அமிர்த சஞ்சீவி மூலிகையைக் கொண்டு வர முடியாது. சஞ்சீவி மூலிகையைப் பயன்படுத்தி அனைத்தையும் குணமாக்கிவிடமுடியும்.

மூத்த இளவரசன் பிரார்த்தனை செய்யவும், தேவதை உதவிக்கு வருகிறது. ஒரு நிபந்தனையின் பேரில் அது உதவி செய்ய சம்மதிக்கின்றது. அதன்படி, அந்த இளவரசன் முன்னால் பார்த்தபடி நடந்து செல்ல வேண்டும். தேவதை அவனுடைய முதுகுக்குப் பின்னால் தொடர்ந்து வந்து கொண்டே இருக்கும். இடது பக்கம் அல்லது வலது பக்கம் திரும்பவேண்டும் என்றால் மட்டும், இடது அல்லது வலது என்று கூறும். எதுவும் கூறாவிட்டால் நேராக நடந்து போய்க்கொண்டிருக்கவேண்டும்.

இங்கு ஒரே ஒரு நிபந்தனை மட்டும் உண்டு. எந்தக் காரணத்தைக் கொண்டும் நிற்கவோ, பின்னால் திரும்பி அந்தத் தேவதையைப் பார்க்கவோ கூடாது.

மூத்த இளவரசன் அந்த நிபந்தனையை ஏற்றுக்கொண்டு, மலை உச்சியை நோக்கி நடக்கிறான். தேவதையும், 'இடது - வலது' என்று கூறிக்கொண்டே அவனைத் தொடர்ந்து வருகிறது.

திடீரென தேவதையின் காலில் உள்ள கொலுசு சப்தம் நின்று விடுகிறது. அவன் நேராகப் போகிறான். தேவதையிடமிருந்து "ஐயோ! என்னைக் காப்பாற்று!" என்ற அலறல் சப்தம் கேட்கிறது. யாரோ ஒருவர் தேவதையை மிரட்டும் சப்தமும் கேட்கிறது.

இளவரசன் தேவதைக்கு உதவ நினைத்து, நின்று, பின் பக்கம் திரும்புகிறான். இதனால் அவன், நிற்கக் கூடாது, பின்னால் திரும்பக்கூடாது என்ற நிபந்தனைகளை மீறிவிட்டான். அடுத்த கணமே அவன் கற்சிலையாக மாறிவிடுகிறான்.

இரண்டாவது இளவரசனும் இதே போன்று முயற்சித்து, இதே போன்று பின்பக்கம் திரும்பி அவனும் கற்சிலையாக மாறிவிடுகிறான்.

மூன்றாவது இளவரசன் முயற்சி செய்கிறான். தேவதை அவனைப் பின்தொடர்ந்து வழிகாட்டி வருகிறது. பாதையில் அவனது அண்ணன்மார்கள் சிலையாக நிற்பதும் அவனுக்குத் தெரிகிறது. அவன் எதைப்பற்றியும் கவலைப்படாமல் முன்னோக்கிப் பயணமாகிறான்.

திடீரென தேவதையிடமிருந்து கூக்குரல் வருகிறது, "என்னைக் காப்பாற்று", என்று. ஆனால் இவன் நிற்கவும் இல்லை, திரும்பவும் இல்லை.

இப்போது தேவதையிடமிருந்து வேறுவகையான மிரட்டல் வருகிறது. "நீ தப்பிவிட்டதாக நினைக்காதே! விசம் தடவிய இந்த ஈட்டியிலிருந்து உன்னால் தப்பமுடியாது".

ஆனால் இளவரசன் நிற்கவும் இல்லை. பின்னால் திரும்பவும் இல்லை. அவன் முன்னோக்கிச் சென்று வெற்றிகரமாக அமிர்த சஞ்சீவி மூலிகையை எடுத்து வருகிறான். அந்த மூலிகையைக் கொண்டு தனது சகோதரர்களையும், தந்தையையும் குணப்படுத்துகிறான்.

தேவதைதான் இந்த 40% ஆகும். அதைத் திரும்பிப் பார்த்து அதற்கு உதவ நினைத்தாலும் சரி, அதனுடன் போராட நினைத்தாலும் சரி, அதுதான் பிரச்சினை.

நமது கவனமும் ஈடுபாடும் நமது அன்றாடச் செயல்களான 60% ல் மட்டுந்தான் இருக்கவேண்டும்.

நமது தொழிலில் நஷ்டம் ஏற்படும்போது மனத்துயரம் ஏற்பட்டது என்றால், அதனை ஒரு தூண்டுதலாக எடுத்து நமது 60% செயலில் ஈடுபாடு காட்டவேண்டும். அதனை அப்படி ஒரு தூண்டுதலாக மட்டும் எடுத்துக்கொள்ளவேண்டுமே தவிர, 40% ல் ஏற்பட்ட மன வருத்தத்தில், துவண்டுவிடக்கூடாது. 60% செயலும் முடங்கிவிடக்கூடாது. 40% ஐயும், அதில் ஏற்படும் துன்ப உணர்வுகளையும் மொத்தமாகப் புறக்கணித்து, 60% ஐ மட்டும் கையில் எடுத்துக்கொள்வதுதான், வாழ்க்கையை Sportive ஆக (விளையாட்டாக) எடுத்துக்கொள்வதாகும்.

நாம் கிரிக்கெட் விளையாடுவதாக வைத்துக்கொள்வோம். நாம் வெற்றி பெற இன்னும் இரண்டு ரன் எடுத்தாக வேண்டும். கையில் இருப்பதோ ஒரே ஒரு பந்து (ball) மட்டுந்தான். இரண்டு ரன் கிடைத்தால் வெற்றி; ஒரு ரன் கிடைத்தால் டிரா; ரன்னே கிடைக்காவிட்டால் தோல்வி. நமக்கு மனப்பதட்டம் ஏற்படுகிறது. மனப்பதட்டத்துடன் பந்தை அடிக்கிறோம். பந்து மட்டும் போகவில்லை, பந்துடன் சேர்ந்து நமது பேட்டே நமது கைகளிலிருந்து போய்விடுகிறது.

40% ல் ஏற்படும் பதட்டம், 60% ஐ பாதித்துவிடுகிறது.

இதே உதாரணத்தை வேறுவகையாக எடுத்துக்கொள்வோம். நாம் வெற்றி பெற 10 ரன்கள் தேவைப்படுகிறது. நமக்குள்ள வாய்ப்பு ஒரே ஒரு பந்து மட்டுமே. அந்தப் பந்தின் மூலம் நிச்சயமாக வெற்றி பெற முடியாது. இருந்தாலும் வெற்றியைப் பற்றிக் கவலைப்படாமல் பந்தை அடிக்கிறோம். பந்து சிக்சரைக் கொண்டு வருகிறது.

இதே மனநிலையுடன், முதலாவது உதாரணமான இரண்டு ரன் தேவைப்படும்போதும் விளையாடுவதுதான் 60% ஐ Sportive ஆக - விளையாட்டாக எடுத்துக்கொள்வதாகும்.

இந்நிலையில் நமது கவனம் முழுவதும் 60% செயலில் முழுமையாக இருக்கிறது. 40% ஐ நாம் புறக்கணித்தாலும், அது 60% க்குத் தேவையான, ஆரோக்கியமான தூண்டுதலை மட்டும் வழங்குகிறது.

60% ஐ முழுமையாகச் செய்வது என்பது என்ன?

நாம் எந்த ஒரு செயலைச் செய்தாலும் அதில் முழு ஈடுபாட்டுடன் செய்யவேண்டும். அதற்காக அதில் மனதை ஒருமுகப்படுத்திப் போராட வேண்டும் என்ற கட்டாயம் இல்லை. நாம் செய்யவேண்டிய நமது செயலின் முக்கியத்துவத்தை உணர்ந்து கொண்டால் மட்டும் போதும்.

நாம் எதிர்கொள்ளும் செயல் மட்டுந்தான் 60% பகுதியைச் சேர்ந்ததாகும். நடந்து முடிந்த புறச் செயல்கள் அனைத்துமே 40% பகுதியோடு சேர்க்கப்பட்டு அவற்றையும் புறக்கணித்து விடவேண்டும்.

சில செயல்களை முழுமையாகச் செய்து முடிக்க முடியாது. சில செயல்களில், எதுவுமே செய்யமுடியாது. நம்மால் செய்யக்கூடிய தன்மையிலுள்ள செயல்கள் மட்டுமே 60% பகுதியைச் சார்ந்தது. செய்ய முடியாத அம்சமுள்ள அனைத்துப் பணிகளும் 40% பகுதியுடனேயே சேர்க்கப்பட்டுவிட வேண்டும்.

40% பகுதியிலிருந்து சில அனுபவத்தகவல்களை மட்டுமே நாம் பெற்றுக்கொள்ள முடியும். மற்றபடி மொத்த 40% பகுதியுமே, தேவையில்லாத பகுதியாகக் கருதி, நாம் அதனை ஒதுக்கிவிடவேண்டும்.

அந்த 40% பகுதி இன்பமான அனுபவங்களைக் கொடுத்தாலும் சரி, அல்லது துன்பமான அனுபவங்களைக் கொடுத்தாலும் சரி, அதனை நாம் முழுமையாக ஒதுக்கிவிடவேண்டும்.

மன அனுபவங்களுக்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்காமல் அதனைப் புறக்கணிக்கும் நிலையில், அதுவே ஒரு தேவதையாக இருந்து, நமக்குத் தூண்டுதலையும், வழிகாட்டுதலையும் கொடுத்து, நம்மை வழி நடத்தும். - நமது 60% செயலுக்கும் உறுதுணையாக இருக்கும்.

40% ஐப் புறக்கணிப்பது என்பது, அதனை வெறுத்து ஒதுக்குவது என்பதல்ல, அது அப்படித்தான் இருக்கும் என அதனை சகஜமாக ஏற்றுக்கொள்வதுதான் அதனைப் புறக்கணிப்பதாகும். கடல் என்று இருந்தால் அதில் அலைகள் ஏற்படத்தான் செய்யும் என்று கடலை, யதார்த்தமாக எற்றுக் கொள்வதைப்போல், நமது மனதில் தாமாக ஏற்படும் இன்பதுன்ப அனுபவங்களை - 40% பகுதியை, பற்றிப் பிடிக்காமலும், வெறுத்து ஒதுக்காமலும், சகஜமாகவும், யதார்த்தமாகவும் அணுகுவதுதான் அதனைப் புறக்கணிப்பதாகும்.

அந்த அன்பர் ஓர் ஓய்வு பெற்ற அரசு மருத்துவர். பணி ஓய்வுக்குப் பிறகு கோவில்களுக்குச் செல்வதையும், தியானப் பயிற்சிகளில் ஈடுபடுவதையும் வழக்கமாக கொண்டிருந்தார். நமது கருத்துக்களைப் புரிந்து கொண்ட நிலையில் கோவிலுக்குப் போவதையும் தியானப் பயிற்சிகளைச் செய்வதையும் நிறுத்திவிட்டார். இதனால் அவருக்கு வாழ்க்கையே போர் அடிக்க ஆரம்பித்துவிட்டது. "ஏன் இப்படி போர் அடிக்கிறது?" என்று கேட்டார்.

போர் அடிக்கிறது எனும் உணர்வு 40% ஐச் சார்ந்தது. அது எந்தக் காரணமும் இல்லாமல் ஏற்படுவதில்லை. செய்த வேலையையே திரும்பத் திரும்ப எந்த ஈடுபாடும் இல்லாமல் செய்யும் போது இப்படி போர் அடிக்கும். இந்த அன்பருக்குப் போர் அடிக்கும் உணர்வானது, 60% பகுதியில் நாம் ஏதாவது ஒரு செயலைச் செய்யவெண்டும் என்பதையே கோருகிறது. - demand செய்கிறது. அவர் ஓய்வு பெற்றுவிட்டார். வயது முதிர்ந்த நிலை, புதிய தொழில்களில் ஈடுபடும் சக்தியும் அவருக்குக் கிடையாது. கோவில்களுக்குச் செல்வதிலும் ஆர்வம் ஏற்படவில்லை. இந்நிலையில் அவர் என்னதான் செய்வது?

இந்நிலையில் அவருக்கு 60% பகுதியும், 40% பகுதியைப் போல் ஆகிவிட்டது. செயலற்று சும்மா இருப்பதையும் அவர் மனப்பூர்வமாக ஏற்றுக்கொள்வதைத் தவிர அவருக்கு வேறு வழி இல்லை. செயலற்றிருப்பதை நாம் பொறுத்துக் கொள்ளாத வரையிலும், போர் அடிப்பதும் தவிர்க்க முடியாததாகிவிடும்.



?கேள்வி பதில்

கேள்வி : நான் என்னுடைய தொழில்துறையில் நல்ல முன்னேற்றமான பாதையில் இருக்கிறேன். எனக்கு நல்ல அருமையான குடும்ப அமைப்பு உள்ளது. எனக்கு ஆன்மீகத்திலும் நிறைய ஆர்வம் உண்டு. என்னுடைய தொழில்துறையிலும், குடும்பத்திலும், ஆன்மீகத்திலும், உறவினர்களிடமும் நல்ல மதிப்பும், மரியாதையும் உள்ளது. வாழ்வில் பொதுவாக எல்லா விசயத்திலும் நிறைவாக இருக்கிறேன். காமத்தைத் தவிர. நான் என்னுடைய சிறுவயதில் காமத்தால் மிகவும் பாதிப்படைந்து இருக்கிறேன். எவ்வளவோ வழிமுறைகளைக் கையாண்டும் நிறைவும், அமைதியும் இன்னமும் வரவில்லை. இந்த ஒன்றில் மட்டும் தெளிவு பெற்றால் என் வாழ்வு முழுமை அடைந்ததாக இருக்கும். நான் ஏற்றுக்கொள்ளும் படி என்னுடைய மரியாதைக்கு எந்தப் பாதிப்பும் வராதபடி சரியான தீர்வை தெரிவிக்கவும்?

பதில் : அந்த அன்பர் தன்னுடைய அனுபவத்தைக் கூறினார். அவர் சிறுவயது முதலே பெண்கள் மேல் ஈர்ப்பு இருந்ததாகவும், தன்னுடைய உறவினர்கள், நண்பர்கள் எனப் பல வகையில், பல காமநிகழ்ச்சிகளைச் சந்தித்ததாகவும், பலவற்றைப் பார்த்ததாகவும் கூறினார். இதனால், தான் மட்டும் தனிமையாக இருக்கும் சூழ்நிலைகளில், தான் சந்தித்த, பார்த்த பழைய நிகழ்ச்சிகள் திரும்பத் திரும்ப ஏற்பட்டு, மேலும் தன்னுடைய பழைய அனுபவம் வேண்டும் என்று, இன்றளவிலும் ஆர்வம் இருப்பதாகவும், காம வயமான செயல்களில் ஈடுபடக்கூடாது என எவ்வளவோ முயன்றும் கட்டுப்படுத்தமுடியாமல் காமச் செயல்களில் ஈடுபட்டுவிடுவதாகவும், ஈடுபட்ட பிறகு குற்ற உணர்ச்சியில் மிகவும் வேதனை படுவதாகவும், எப்படியாவது இவற்றிலிருந்து வெளியேறினால் போதும் என்று தன்னுடைய மனம் திறந்து உண்மை நிலையை கூறினார். தன்னுடைய இந்த நிலை வெளியே தெரிந்தால் மரியாதை என்னவாகும் என்ற பயம் அதிகமாக இருப்பதாகவும் எப்படியாவது எந்தப் பாதிப்பும் இல்லாமல் வெளியேற, நல்ல வழிமுறைகளை தெரிவிக்குமாறும் கூறினார்.

அந்த அன்பருக்கு பின்வருமாறு விளக்கம் கொடுக்கப்பட்டது. எல்லோருடைய வாழ்விலும் இதைப் போன்ற சில அனுபவங்கள் ஏற்பட்டுள்ளன. ஆனால் உங்களுடைய வாழ்வில் இதன் தாக்கம் கொஞ்சம் கூடுதல் அவ்வளவு தான்.

ஒரு பெண்ணின் வாழ்வில் நடந்த உண்மை சம்பவம், அவருக்கு உதாரணமாகச் சொல்லப்பட்டது. அதாவது ஒரு பெண் தன்னுடைய குடும்ப உறவினர்கள், நண்பர்கள் எனப் பலராலும் பாலியியல் ரீதியில் பாதிப்படைந்துள்ளார். தனக்கு சரியான விபரம் – தெரியாத முன்னமும், விபரங்கள் தெரிந்த பிறகும் கூட. இதனால் அந்தப் பெண்ணுக்கு தன்மீதே ஒரு வெறுப்புணர்ச்சி, தான் எதற்கும் உபயோகம் அற்றவள் என்றும், அருவருக்கத் தக்க அசிங்கமானவள் என்ற மனநிலையிலும் இருந்தாள். இதனால் சதா வெறுப்புணர்விலும் இருந்தாள். யாரையும் பார்க்காமலும், தான் வாழத் தகுதியற்றவள் என்ற மனநிலையில் மூன்று முறை தற்கொலைக்கு முயன்று இருக்கிறாள். எப்படியோ குடும்ப உறுப்பினர்களால் காப்பாற்றப்பட்டு, உயிருடன் வாழ்ந்து வந்தாள். இந்த நிலையில் அந்த பெண்மணியின் குடும்ப உறுப்பினரின் நண்பர் ஒருவர் மனோதத்துவ Doctor . அந்த பெண்மணியை Doctor -ரிடம் அழைத்துச் சென்றனர். அந்த Doctor கொடுத்த Treatment தான் இந்தக் கேள்விக்கான பதில் ஆகும்.

அந்த Doctor அந்தப் பெண்ணை அழைத்து தனிமையில் அமைதியான சூழ்நிலையில் மிகுந்த பரிவுடன் 'உன் வாழ்வில் நடந்த கசப்பான அனுபவங்கள் என்ன என்பதை சொல்வதன் மூலம் உனக்கான Treatment ஐ செய்வதற்கான வழிமுறைகளை கையாளமுடியும்' என அன்புடன் கூறி விசாரித்தார்.

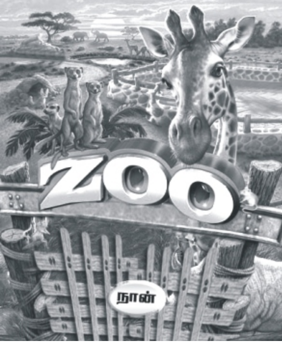
அந்தப் பெண்ணும் தன்னுடைய வாழ்வில் ஏற்பட்ட அத்தனை கசப்பான அனுபவங்களையும் மனம் திறந்து கண்ணீருடன் Doctor-ரிடம் கூறினாள். மிகவும் பொறுமையாக கவனத்துடன் கேட்ட Doctor, 'உன் வாழ்வில் நடந்த கொடுமைகளுக்கு நீ என்ன செய்ய வேண்டும் என்று நினைக்கிறாய்', எனக் கேட்டார்.

அந்தப் பெண் தன்னுடைய பாதிப்புக்கு பலர் காரணமாக இருந்தாலும் ஒரு சிலரால் மட்டும் மிகவும் கொடுமையாக பாதிப்படைந்ததாகவும், 'அவர்களைக் கத்தியால் குத்தி குடலைக் கிழிக்க வேண்டும்' என ஆவேசமாகக் கூறினாள். Doctor அந்த ஒரு சில நபர்களை வரிசைப்படுத்தி, அவர்களில் யாரால் மனம் அதிகமாக பாதிப்படைந்து உள்ளதோ அவரை தேர்ந்தெடுத்தார். அந்த நபரைப் போன்ற வடிவமுடைய பொம்மை ஒன்றையும், அந்த நபரை நினைவுபடுத்தும் அத்தனை அம்சங்களையும் அந்த பொம்மையில் சேர்த்து, கிட்டதட்ட அந்த பொம்மையைப் பார்த்தால் அந்த நபரை நேரில் பார்ப்பதைப் போன்ற தோற்றமுடைய பொம்மையை உருவாக்கினார்.

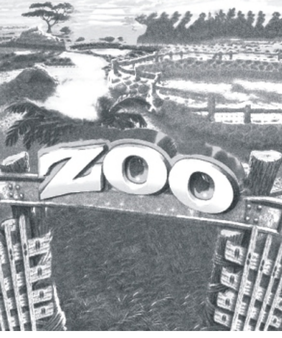
அந்த பொம்மை நபரை ஓர் அறையில் வைத்துவிட்டு, அந்தப் பெண்ணிடம் Doctor அந்த பொம்மை நபரால் அந்தப் பெண்ணுக்கு வாழ்வில் ஏற்பட்ட பாதிப்புகளை திரும்பச் சொல்லி கையில் கத்தியைக் கொடுத்து "அந்த நபரை உன்னுடைய மனம், நிறைவடையும் வரை எத்தனை முறை கிழி கிழி என்று கிழித்தாலும் பரவாயில்லை. முழு மனதுடன் அந்த நபரையே குத்திக் கொல்வதாக நினைத்துச் செயல்படு" எனக் கூறி Room-க்கு அனுப்பி வைத்தார்.

அந்த அறையில் ஆவேசமாக, பயங்கரமான சத்தத்துடன், அந்த பொம்மை நபரைக் கிழி, கிழி எனக் கிழித்தார்; அந்த பெண் ஏறத்தாழ ஒரு மணி நேரம் வெறியாட்டம் ஆடியபிறகு அப்படியே மயங்கி விழுந்தார். அந்தப் பெண் 4 மணி நேரம் அசதியான தூக்கத்திற்குப் பிறகு மிகவும் சோர்ந்து கண்விழித்தார். Doctor, 'ஒரு நாள் வேறு எதுவும் செய்யவேண்டாம். அமைதியாக இருந்தால் போதும். நல்ல ஓய்வு மட்டும் போதும்' எனக் கூறினார். அடுத்த அடுத்த நாட்களில் அந்தப் பெண்ணிடம் ஒரு மலர்ச்சி தெரிந்தது.

மேலும் இரண்டு முறை முந்தையநிகழ்ச்சியைப் போல் பொம்மையை, கத்தி கொடுத்து கிழிக்கவும் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டது. 2-ம் முறை, முதல் முறையைக் காட்டிலும் ஆவேசத்தின் வெறி, பொம்மையைக் கிழிக்கும் வேகம் என, எல்லாமே பாதியாகக் குறைந்தது. அமைதி நிலைக்குத் திரும்பினார். 3-ம் முறை, 2-ம் முறையைக் காட்டிலும் வெகு விரைவில் அமைதியை நோக்கித் திரும்பினார். '4-ம் முறை தேவையா' என Doctor அந்தப் பெண்ணிடம் கேட்டார். அந்த பெண் தனக்கு எதுவும் தேவையில்லை. தனக்கு இருந்த வெறி உணர்வு, வெறுப்புணர்வு போன்றவைகளிடமிருந்து வெளியேறி அமைதி அடைந்து வருவதாகவும், முன்பைவிட இப்போது உற்சாகமும், நல்ல உறக்கமும் இருப்பதாகவும், நன்றாகச் சாப்பிட முடிவதாகவும் கூறினார். தன்மேல் தனக்கு இருந்து வந்த வெறுப்புணர்வு குறைந்து வருவதாகவும் கூறினார். அவர் சில மாதங்களில் சராசரியான பெண்கள் போலவே வாழத் தொடங்கினார்.



படம் 1



படம் 2

இந்த நிகழ்ச்சியைக் கூறி, 'உங்களுடைய அனுபவமும் அப்படிதான். உங்களுக்கு எத்தனையோ அனுபவங்கள் நடந்து இருந்தாலும், உங்கள் மனதை அதிகமாகப் பாதித்த, அடிக்கடி திரும்பத் திரும்ப நினைவுக்கு வருகிற அனுபவத்தை முதலில் எடுத்துகொள்ளுங்கள். அந்தப் பழைய பாதித்த அனுபவத்துடன், நீங்களே உங்களுடைய மனம் எப்படி விரும்புகிறதோ அப்படி முழுமையாக இணைந்து செயல்பட உங்களை அனுமதியுங்கள். எந்த விதமான அவசரமும் வேண்டாம். மிகவும் நிதானமாக உங்கள் மனம் நிறைவடையும் வரை அந்த நிகழ்ச்சியுடன் மனம் பொருந்தி இருக்கட்டும். அந்த பாதித்த அனுபவம் விருப்பமானதாக இருந்தாலும் சரி, வெறியாக இருந்தாலும் சரி, அந்த நபர் நமக்கு நெருங்கியவர்களாக இருந்தாலும் சரி, உறவு முறையில் எந்த வகையில் இருந்தாலும் சரி, தொடர்ந்து இதைப் போலவே பாதித்த ஒவ்வொரு அனுபவத்துடனும் மனம் பொருத்தி இருக்கவும். இப்படி மனம் பொருந்தி இருப்பதை எந்தவிதமான குற்ற உணர்ச்சியாகவும் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டாம். இப்படியே முழு மனதுடன் பாதித்த அனுபவத்துடன் இணைந்து மன நிறைவு பெறவும். இப்போது இருக்கும் உங்கள் மனதின் உண்மை நிலையை அப்படியே ஒரு பேப்பரில் எழுதி வைத்துக் கொள்ளவும். 2 மாதம் தொடர்ந்து மேற்சொன்னவைகளை கடைபிடிக்கவும். மறுபடியும் ஒரு பேப்பரில் அப்போது இருக்கும் மனதின் உண்மை நிலையையும் எழுதிப் பார்க்கவும். இரண்டு பேப்பர்களுக்கும் உள்ள வித்தியாசத்தைப் பார்த்த பிறகு தொடர்பு கொள்ளவும்' என கூறப்பட்டது.

ஒரு மாதத்திற்குப் பிறகு, தான் மிகவும் மகிழ்ச்சியாக இருப்பதாகவும், இப்போது பழைய பாதித்த நிகழ்ச்சிகளின் தாக்கம் மிகவும் குறைவாக இருப்பதாகவும், தனக்கு முன்பு போல் அதிகமான காம உணர்வு இருப்பது இல்லை, தேவையான, இயல்பான அளவிற்கு இருப்பதாகவும், பழைய பாதித்த அனுபவத்தில் உள்ள, நெருங்கியவர்கள், உறவினர்கள், தன்மேல் என எவர்மேலும் குற்ற உணர்ச்சி இல்லை எனவும், மனம் முன்பை விட இப்போது அமைதியாக இருப்பதாகவும் கூறினார்.

இங்கு நடந்தது என்ன? நம்மிடம் பதிந்துள்ள பாதித்த உணர்வுகள் நம்மைவிட்டு வெளியேற சதா போராடிக்கொண்டே இருக்கிறது. நாம் தான், எங்கே பாதித்த அந்த உணர்வு வெளியேறி, நம்மை அசிங்கமான செயலில் ஈடுபடுத்திவிடுமோ எனப் பயந்து, அந்த உணர்வு வெளியேற அனுமதிப்பதை எல்லா வகையிலும் தடுத்துவிடுகிறோம். இதனால் ஏதோ ஒரு வகையில் நம்மையறியாமல் அந்த உணர்வை எதிர்க்கிறோம் என்ற நினைப்பில், அந்த பாதித்த உணர்வுக்கு உயிர் கொடுத்துவிடுகிறோம். பிறகு நமது கட்டுப்பாட்டையும் மீறி அந்த செயலில் ஈடுபட்டு குற்ற உணர்வை மனதில் சுமந்து கொண்டு அமைதியின்றி வருத்தப்படுகிறோம்.

உண்மையில் உணர்வுகள் வெளியேறவே முயற்சிக்கின்றன. உதாரணமாக ஒரு காட்டில் 'ZOO இருப்பதாக வைத்துகொள்வோம். அதில் சிங்கம், புலி, யானை, பாம்பு, கழுகு என, பல வகையான மிருகங்கள் இருக்கின்றன. அந்த மிருகங்கள் 'ZOO' வை விட்டு வெளியேறவே சதா துடிக்கின்றன. நாம் 'ZOO' -வின் கதவைத் திறந்தால் மட்டும் போதும். மிருகங்கள் எல்லாம் தானாகவே வெளியேறும். மிருகங்கள் வெளியேறிய நிலையில் 'ZOO' -வுக்கும் காட்டிற்கும் எந்த வித்தியாசமும் இல்லை என்ற நிலை வந்துவிடுகிறது. நம்முடைய பாதித்த உணர்வுகளைக் கண்டு பயப்பட வேண்டாம். அந்த உணர்வுகளின் இயக்க உண்மை, அது மனதில் செயல்படும் விதம் போன்றவற்றை நன்றாகப் புரிந்துகொண்டால் போதும். பாதித்த எல்லா உணர்வுகளும் தாமாகவே வெளியேறிவிடும். அதன்பிறகு நாம் சந்திக்கும் சூழ்நிலைகளை எதிர்கொள்ளும் தன்மைக்கு நம்மையறியாமல் நமது மனது வந்துவிடும். இதை நன்றாகப் புரிந்துகொண்டால் வாழ்வு சுகமாகும்.

மறைக்கப்பட்ட உணர்வு வெளியேறவே துடிக்கின்றன.
"விட்டால்போதும்"

திரு. சரவணன்
செல் : 9994205880

ஐயாவுடைய நிகழ்ச்சி

நாள்	நிகழ்ச்சி நடைபெறும் இடம்	பொருள்	நிகழ்ச்சி ஒருங்கிணைப்பாளர்
20-05-2012 ஞாயிறு	கிருஷ்ணா திருமண மண்டபம், V.K. புரம், நெல்லை மாவட்டம்	**எளிமையாக்கப்பட்ட ஞானம்** மாலை 5 to 8 மணிவரை	திரு. K. முத்துக்குமார் - 99420-26466 திரு. K. ராஜகுரு - 97893-21610 சரவணா ஜுவல்லரி - 99440-44583 நியூ துரை மெடிக்கல்ஸ் - 04634-220239
26-05-2012 சனி	ஸ்ரீ வெள்ளி அம்பலவான முனிவர் மஹால் திருமண மண்டபம், திருநெல்வேலி ஜங்சன்	**தன்னை அறியும் ஞானம்** மாலை 5 to 8 மணிவரை	திரு. சங்கரலிங்கம் - 94869-64784 திரு. ராஜசேகரன் - 94432-02950
27-05-2012 ஞாயிறு	அறிவுத் திருக்கோயில், மேல கழுங்கடி, C.B.H. மருத்துவமனை பின்புறம், வடசேரி, நாகர்கோவில்	**ஞானத்தின் புதிய பரிமானம்** காலை 10 to 1 மணிவரை	பேரா. A.S. ராதாகிருஷ்னன் - 99942-94710 திரு. ராஜா - 96264-90100 திரு. ஐயாசாமி - 85249-89680
03-06-2012 ஞாயிறு	கோவில்பட்டி மனவளக்கலை மன்ற அறக்கட்டளை, 7C-1, அருணாசலம்பேட்டை தெரு, (காமராசர் சிலை அருகில்), கோயில்பட்டி	**ஆன்மாவைத் துறந்து ஆன்மாவாக இரு** மாலை 5 to 8 மணிவரை	திரு. சரவணன் - 94439-80088 திரு. தேன்மொழி - 94434-53242 திரு. தசாவதாரம் - 94868-90020 திரு. முருகேசன் - 94860-24975
10-06-2012 ஞாயிறு	ஸ்ரீ ராஜராஜேஸ்வரி திருமண மண்டபம்,37/1, வடக்கு மாட வீதி, அன்னை நீலாம்மையார் ஆஸ்ரமம் அருகில், திருமுல்லைவாயில், சென்னை-62.	**ஞானத்தின் இரகசியம்** மாலை 6 to 8 மணிவரை	98408-29739, 98844-39988

சென்னையில் ஐயாவை சந்திக்கும் முகவரி :

ஸ்ரீ பகவத், கதவு எண். பழைய எண். 107, (புதிய எண் : 77) நித்தியானந்தன் தெரு, வாசுதேவன் நகர், (காசி தியேட்டர் பின்புறம்), ஜாபர்கான்பேட்டை,. (அசோக் நகர்), சென்னை-600083. செல் : 99442-15677

ஆசிரியர் பகுதி

அனைவருக்கும் இந்தப் பயணியின் வணக்கம்.

புராணக்கதைகளுள் ஒரு கதை.

ராமன் என்பவன், தனது நிலத்தை சோமன் என்பவனுக்கு விற்கிறான். நிலத்தை வாங்கிய சோமன் அதில் பயிர் செய்வதற்காக அதன் ஒரு பகுதியில் கிணறு ஒன்றைத் தோண்டுகிறான். அப்படித் தோண்டும்போது தங்கக் காசுகள் நிறைந்த பானை ஒன்றைப் புதையலாகக் கண்டுபிடிக்கிறான். அதை எடுத்துச் சென்று ராமனிடம் ஒப்படைக்கிறான். "நிலத்தை மட்டுந்தான் நான் உன்னிடம் வாங்கினேன். புதையலை வாங்கவில்லை. புதையல் உனக்குத் தான் சொந்தம்".

ஆனால் ராமன் அதை வாங்க மறுத்துவிட்டான். "எப்போது உனக்கு நிலத்தை விற்றுவிட்டேனோ அப்போதே அந்த நிலத்திலிருக்கும் அனைத்தும் உனக்குத்தான் சொந்தம்".

சோமன் திருப்தியடையவில்லை. அந்தப் புதையலை எப்படியும் ராமனிடம் சேர்த்துவிடவேண்டுமென்று நினைத்து மன்னரிடம் மனு ஒன்றைக் கொடுக்கின்றான். மன்னர் கூப்பிட்டுக் கேட்டும், ராமன், தான் சொன்னதையே சொல்லுகிறான். அரசன் வழக்கு விசாரணையை ஒரு மாதத்திற்குத் தள்ளிவைக்கிறார்.

இந்த ஒரு மாதகாலத்திற்குள், பிரபஞ்ச காலக்கணக்கின்படி கலிகாலம் பிறந்துவிடுகின்றது.

அரசவையில் மீண்டும் அந்தப் பிரச்சினை விசாரணைக்கு எடுத்துக்கொள்ளப்படுகிறது.

இப்போது ராமன், சோமன் இருவருமே தங்கள் நிலைப்பாட்டை மாற்றிக் கொண்டனர். இப்போது இருவரும், அந்தப் புதையல் தங்களுக்கு வேண்டுமென்று சொந்தங் கொண்டாடி அதற்கு ஒரு நியாயத்தைக் கூறினர்.

கடைசியில் தீர்ப்புக் கூறவேண்டியது அரசரின் பொறுப்பு. அவர் தீர்ப்பு கூறினார்.

"உங்கள் இருவருடைய சண்டையும் அர்த்தமற்றது. நிலத்துக்கு அடியிலுள்ள பொருட்கள் அனைத்தும் அரசுக்குத்தான் சொந்தம். ஆகவே அந்தப் புதையலை அரசு கஜானாவில் சேர்த்திட வேண்டுமென்று தீர்ப்பு வழங்குகிறேன்".

இப்போதும் பிரபஞ்சத்தின் கால அமைப்பு மாறப்போவதாக ஜோதிட வல்லுநர்கள் பலர் கூறி வருகிறார்கள். கலியுகம் முடிந்து வேறு யுகம் தோன்றப்போவது உண்மைதானா?

அது உண்மையோ, பொய்யோ, ஆனால் அதை உறுதிப்படுத்துவதுபோல் ஒரு சம்பவம் நிகழ்ந்துள்ளது. அதுபற்றிய செய்தி தினத்தந்தி நாளிதழ், சென்னைப் பதிப்பில் 26-3-2012-ம் தேதி 9-ம் பக்கத்தில் வெளிவந்துள்ளது. செய்தியின் விவரம் இதுதான்.

கேரள மாநிலம் எர்ணாகுளம் அருகிலுள்ள ஒரு குக்கிராமத்தைச் சேர்ந்தவர் சுரேஷ். லாட்டரிச் சீட்டு வியாபாரம் செய்கிறார். அதே ஊரைச் சேர்ந்த கூலித்தொழிலாளிதான் 63 வயதுள்ள அய்யப்பன். அவர் வறுமையில் வாடினார். சுரேஷிடம் ஐந்து லாட்டரிச் சீட்டுகளை வாங்கினார். கொடுப்பதற்குப் பணம் இல்லை. பணத்தைக் கொடுத்துவிட்டு சீட்டுகளை வாங்கிக் கொள்ளுவதாகக் கூறி, சீட்டுக்களை சுரேஷிடமே கொடுத்து வைத்திருந்தார்.

அந்த 5 சீட்டுக்களில் ஒன்றுக்கு ஒருகோடி ரூபாய் பரிசு கிடைத்திருந்தது. சுரேஷ் அந்தக் கூலித் தொழிலாளி அய்யப்பனைத் தேடிப்பிடித்து விபரங்களைக் கூறி, சீட்டைக் கொடுத்தார். ஆனால் அந்தத் தொழிலாளியோ, "அந்த லாட்டரி சீட்டுக்கள் எனக்கு எப்படிச் சொந்தமாகும்? நான் தான் அதற்குப் பணம் கொடுக்கவில்லையே" என்று கூறியிருக்கிறார்.

லாட்டரி சுரேஷோ, "ரூ.250 மட்டுந்தான் எனக்குச் சொந்தம், சீட்டுக்களும், ஒருகோடியும் உங்களுக்குத் தான் சொந்தம்" எனப் பரந்த மனதுடன் சீட்டுக்களை அவரிடமே ஒப்படைத்துவிட்டார்.

நாம் ஒரு பத்திரிக்கையை எடுத்துப் பார்த்தால், என்ன செய்திகளைப் பார்க்கமுடியும்? கொலை, கொள்ளை, கற்பழிப்பு, அரசியல் வாதிகளின் பரஸ்பர சவால்கள் - இவை தாம் விரிவாகக் கூறப்பட்டிருக்கும். லஞ்சம் வாங்கியவர்கள், ஊழல் செய்பவர்கள் - இவர்கள் பிடிபட்ட செய்திகளும் வெளியிடப்படும்.

நல்ல மனிதர்களும், நற்செயல்களும் கவனத்திற்கு எடுத்துக்கொள்ளாமல் புறக்கணிக்கப்பட்டுவிடுகின்றனர். ஆனால் நல்ல மனிதர்களும், நற்செயல்களும் அங்கீகரிக்கப்பட்டு கௌரவிக்கப்படும் போதுதான், ஒரு சமுதாயம் ஆரோக்கியமாக மலர்வடைய முடியும்.

இந்த வகையில் சுரேசும், அவரது பரந்த மனப்பான்மையை அங்கீகரித்தவர்களும் பாராட்டுக்குரியவர்களே. செய்தி இன்னும் தொடர்கிறது.

சுரேஷைப் பாராட்டி திரைப்பட நடிகர் பார்த்திபன், சென்னை ஐகோர்ட் நீதிபதி சந்துரு தலைமையில் சென்னை அசோக் நகரில் பாராட்டு விழா ஒன்றை நடத்தியுள்ளார். நடிகர்கள் பாக்கியராஜ், பிரசன்னா, விவேக், நடிகை ரோகிணி ஆகியோர் கலந்துகொண்டு மனிதநேயத்தைப் பாராட்டிப் பேசியிருக்கிறார்கள். விழாவில் சுரேசுக்கு "சிறந்த மனிதநேயன்" விருது வழங்கப்பட்டு, பார்த்திபன் அவருக்கு ஒரு லட்ச ரூபாய்க்கான காசோலை வழங்கியிருக்கிறார். சுரேசின் குழந்தைகளது படிப்புச் செலவுக்காக விவேக் 50 ஆயிரம் ரூபாய் வழங்கியிருக்கிறார்.

நாம் நமது பாதையின் சார்பில், அவர்கள் அனைவரையும், செய்தி வெளியிட்ட பத்திரிக்கையையும் வாழ்த்திப் பாராட்டுகின்றோம்.

இதுபோன்ற நிகழ்வுகளையோ, தகவல்களையோ நமது அன்பர்கள் அறியும்பட்சத்தில் நமது இதழுக்கு தெரியப்படுத்துமாறு வேண்டுகிறோம்.

ஆசிரியர் - A. செந்தில்நாதன்,
99421 81933

ஜென்கதை

வெறுமை



A. R. ரவிசங்கர், சேலம்
98943-77433

குறிப்பு : வெறுமையைப் பற்றி சொல்ல முற்பட்டால் வெறுமை தொலைந்துவிடும்.

புதிய வெளியீடு

பொதுவாக ஆன்மீகத்தில் ஏற்படும் குழப்பம் நீங்க, தெளிவு பெற எளிய அணுகுமுறையில் 20 கேள்வி பதில்கள் கொண்ட

1. ஸ்ரீ பகவத் - வீடியோ உரைகள் - தமிழ் (Vol - 1 to 4) Rs.400
2. Sri Bagavath - Vedio Talks (Q x A) in English Vol - (1 to 4)Rs.400
3. தேனிஸ்வாமி மற்றும் ஸ்ரீ பகவத் ஒரு கலந்துரையாடல் (Vol - 1 to 2)Rs.200
4. "நீயே கடவுள்" - தேனி ஸ்வாமியுடன் ஒரு சுவராஸ்யமான உரையாடல் Rs.100

<u>கிடைக்கும் இடம் :</u>

- **Pravaagam Bublication,** 23 / 31, Ramlinga Samy st., Ammapet, Salem-636 003.Cell : 97891-65555, 99942-05880
- **Zen Sangh** அக நூலகம், திரு. சரண்குமார் Cell : 98940-12636 பெரிய கடைவீதி, LVB அருகில் , திருச்சி-08.
- **ABN செல்வராஜ்** ஆரோக்கியச் சந்தை (Arockya Santhai) Plot No:7, Mugalivakkam Main Road,Madhanandaporam, MukalivakkamPorur, Chennai-600 125. Mob : 97899-99333.

ஹீலர் பாஸ்கர் நிகழ்ச்சி

16-06-2012 சனிக்கிழமை செவிவழி தொடு சிகிச்சை 2012 ஆண்டாள் திருமண மண்டபத்தில் மெடிக்கல் கல்லூரி அருகில், தஞ்சாவூர். நேரம் : காலை 10 மணிமுதல் மாலை 6 மணிவரை - கட்டணம் ரூ. 100 (மதிய உணவு உட்பட)
தொடர்புக்கு : ரெய்கி சதானந்தம், செல் : 90037-41221

"நான்" என்னும் கண்ணாடி

கண்ணாடியை நான் என்னும் தன்மையோடு ஒப்பிடுவது சரிதானா?

கண்ணாடி என்பது எப்பொழுதும் எதையாவது ஒன்றை பிரதிபலித்துக் கொண்டேதான் இருக்கும். கண்ணாடியை ஒரு பிரதிபலிப்பாக மட்டுமே நம்மால் காண முடியும். அதன் சுயதன்மையை (பிரதிபலிப்பு இல்லாமல்) நம்மால் எப்பொழுதும் காணமுடியாது.

நான் என்பதும் அப்படித்தானா? "நான்" என்ற சுயத்தை அறியமுடியாதா? பகவான் ரமணரின் உபதேசம், "நான் யார்?" என்று தனக்குத் தானே அறியவேண்டும் என்பதுதானே. அறியமுடியாத ஒன்றைத்தான் அவர் அறியவேண்டும் என்று கூறவருகிறாரா?

அப்படியென்றால் "நான்" என்பதுதான் என்ன? நான் இருக்கிறேன் என்ற உணர்வை என்னால் உணரமுடிகிறதே. அப்படியென்றால், உணரப்படும் "நான்"-ஐ உணரும் "நான்" யார்?. இவ்வாறு கேட்டுக்கொண்டே போனால் இதற்கு முடிவே இருக்காது.

எப்பொழுதும் "நான்" என்பது ஓர் அனுபவமாகவே உணரப்படுகிறது. நான் என்பது ஒரு பிரதிபலிப்பே. புற (சூழ்நிலை) காட்சிக்கு தகுந்தாற்போல் அகத்தில் அனுபவம் ஏற்படுகிறது. அதாவது என் மகனை பார்க்கும்போது, அகத்தில் தந்தையாக பிரதிபலிக்கிறேன். புறக் காட்சியை என்னவாக உணர்கிறேனோ, அந்த உணர்வுக்கு தகுதியான நபராக அகத்தில் பிரதிபலிக்கிறேன். நான் வாங்கிய ஒரு பொருளைப் பார்க்கும்போது, அந்தப் பொருளுக்கு சொந்தகாரனாகவே பிரதிபலிக்கிறேன். அந்தப் பிரதிபலிப்பைத்தான் அனுபவம் என்று சொல்லுகிறோம். இந்த அனுபவத்தைத்தான் "நான்" என்று நினைக்கிறோம். நாம் புறமாக காணும் அனைத்தும் கூட அகத்தில் எவ்வாறு பிரதிப்பலிக்கிறதோ அவ்வாறுதான் அனுபவமாக உணரமுடியும்.

அனுபவத்தின் மீது காட்டும் ஈடுபாடே (விருப்பு, வெறுப்பு) நம் பிரச்சினை அனைத்திற்கும் காரணமாகிறது.

நாம் விரும்புகிற அனுபவத்தை நீடிக்க நினைக்கிறோம். விரும்பாத அனுபவத்தை அப்புறப்படுத்த போராடுகிறோம்.

அதாவது, நான் என்ற கண்ணாடி (Mirror) தன்னில் பிரதிபலிக்கும் ஒவ்வொன்றையும் தான் என்றே நினைக்கிறது. பிடித்த பிம்பத்தை இருத்திக்கொள்ள விரும்புகிறது. பிடிக்காத பிம்பத்தை அப்புறப்படுத்தப் போராடுகிறது. தான்வேறு பிரதிபலிக்கும் பிம்பம் வேறு என்று நினைத்துக்கொண்டு தன்னோடு சுயமுரண்பாடு கொள்கிறது. நான் என் நண்பர் மீது வெறுப்படைகிறேன் என்று வைத்துக்கொண்டால், அது என் நண்பராகப் பிரதிபலிக்கும் என் மனத்தின் மீதே வெறுப்புக் கொள்வதாகத்தான் ஆகும். என் மகன் மீது அன்பு காட்டுகிறேன் என்றால், அது மகனாகப் பிரதிபலிக்கும் என் மனதின் மேல் காட்டும் அன்பாகும். நான் எந்த அனுபவத்துடன் முரண்பட்டாலும் அது என்மீதே காட்டும் சுயமுரண்பாடாகும். நான் காணும் உலகம் என்பதும் என்னை மையமாக வைத்து என்னால் உருவாக்கப்பட்டதே. நான் அனைத்தையும் முரண்பாடில்லாமல் ஏற்றுக்கொள்வது. என்னையே சுயமுரண்பாடு இல்லாமல் முழுமையாக ஏற்றுக்கொள்வதாகத்தான் ஆகும்.

இதைத்தான் ரமண மகரிஷி "ஒருவன் பிறருக்கு கொடுப்பதெல்லாம், தனக்கே கொடுத்துக்கொள்கிறான்" என்று கூறுகிறார்.

இங்கு இரண்டு என்பதே கிடையாது. இருப்பது ஒன்றுமட்டுமே...., அனுபவம், அனுபவிப்பவன் என்ற இரண்டு கிடையாது. அனுபவிப்பவனும் ஓர் அனுபவமே. இதை புரிந்துகொள்ளத்தான் "நான் யார்?" என்ற கேள்வியை தனக்கு தானே கேள் என ரமண மகரிஷியும் தூண்டுகிறார்.

இதைப் புரிந்துகொண்டால் இது தான் **"Oneness".**

நம்மை மையமாகக் கொண்டே நாம் காணும் உலகம் இயங்கிக்கொண்டு இருக்கிறது. இங்கு நான் அனைத்தையும் என் கருத்துடனே பார்த்துக்கொண்டு இருக்கிறேன். "நான் யார்" என்பதை எந்த அனுபவமும் இல்லாமல் காண வேண்டும் என்று முயற்சி செய்வது, கண்ணாடியை எந்தப் பிரதிபலிப்பும் இல்லாமல் காண முயற்சிப்பதற்குச் சமம். இது என்றும் நடவாதது.

கண்ணாடியானது எப்பொழுதும் எதையாவது ஒன்றைப் பிரதிபலித்துக்கொண்டே இருப்பதால் அது தன் சுயத் தன்மையைக் காண, எவ்வளவு முயன்றாலும் அது நடக்காத ஒன்று. அது தன் இயலாமையைப் புரிந்து கொண்ட நிலையில், தன் தேடுதலை கைவிட்ட நிலையில் அது அதுவாகவே இருக்கிறது. இதுபோல் "நான்" என்ற தன்மை எப்போதும் ஏதாவது ஓர் (அனுபவத்துடனே) அரிதாரத்துடனே இருக்கிறது. அதாவது நான் யார் என்று காண முயற்சிக்கும் தோறும் , நாம் ஏதாவது ஓர் அனுபவத்தையே எதிர்கொள்கிறோம். நம் முயற்சியைக் கை விட்ட நிலையில், அனுபவத்தைப் புறக்கணித்த நிலையில் "நான்" நானாகவே இருக்கிறது. இதுவே நிர்வாண நிலை; இதுவே விடுதலையுற்ற மனம்.

K. S. ஜீவமணி, சேலம்
செல் : 97891-65555

திருத்தம்

1. பகவத்பாதை ஏப்ரல் இதழில் 'ஞானமும் விடுதலையும்' என்ற கட்டுரையின் இறுதியில் அச்சுப்பிழையாக ஒரு வரி தவறவிடப்பட்டுள்ளது. அதை "நமக்கு ஏற்படும் ஒவ்வொரு அனுபவமும், முக்தியின் உச்சநிலை வெளிப்பாடேயாகும்" எனத் திருத்தி படிக்குமாறு கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

2. 'சும்மா இரு' என்ற ஜென்கதையின் இறுதியில் "மனம், நடந்துபோன விஷயத்துக்கும், இனி வரப்போகிற விஷயத்திற்கும் குழப்பமடையாமல் இருப்பதே சும்மா இருப்பது" எனத் திருத்திப் படிக்குமாறு கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

நன்கொடைச் சந்தா செலுத்த விரும்புபவர்கள், ரூ.100/-க்கான சேலத்தில் செல்லத்தக்க Cheque/DD/MO-வை SRI BAGAVATH MISSION என்ற பெயருக்கு எடுத்து கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பவும்.

31, இராமலிங்கசாமி தெரு, அம்மாபேட்டை, சேலம் - 636 003. தமிழ்நாடு, இந்தியா. தொடர்புக்கு : 97891 65555, 99942 05880.

Book packet containing printed books

To

If undelivered please return to:



SRI BAGAVATH MISSION
31, Ramalingasamy Street, Ammapet,
Salem - 636 003. Tamilnadu,INDIA.

Dr. N. Kailasam : 94432 90559
V. A. P. Sharavanan : 99942 05880
K. S. Jeevamani : 97891-65555

www.pravaagam.org, www.sribagavath.org
E-mail : sribagavathmission@gmail.com

Published by Shri. V.A.P.Sharavanan on behalf of the Sri Bagavath Mission, 31, Ramalingasamy Street, Ammapet, Salem - 636 003. Tamilnadu,INDIA.
Printed by Sri Jayavel Press, Gandhi Maidanam, Ammapet, Salem - 636 003. Editor : Shri. A.Senthilnadhan, cell : 99421 81933.